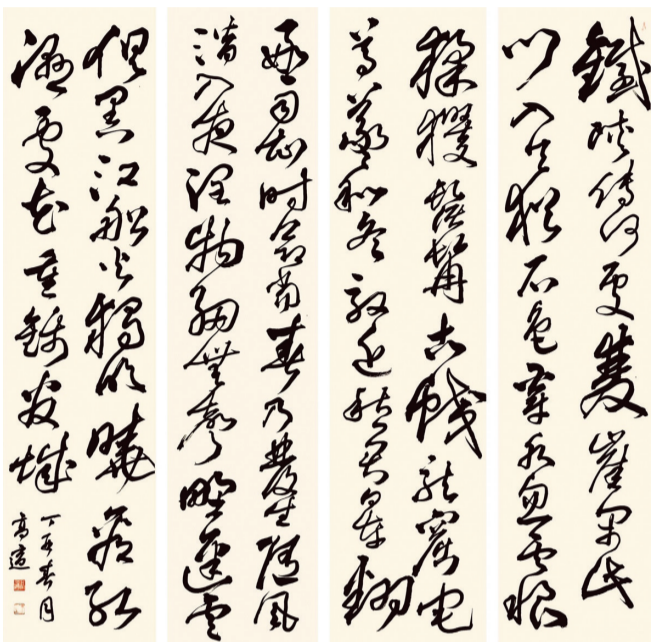


柳宗元《零陵早春》



杨万里诗二首

### 高适书法篆刻作品欣赏



杜甫诗二首

### 杨凝式行草书学习之感悟

□ 高适

杨凝式是我国古代著名书法家，是五代时期的代表。他的书法宗师，追访晋唐诸贤，而自成一派，具有独特的风貌与神采。同时也是我国古代书法转折时期，最具承上启下的重要人物。杨凝式上承唐代书家“尚法”的传统，下又开启了宋人“尚意”书风的先河。

杨凝式的传世书作并不多，墨迹有《韭花帖》《神仙起居法》《夏热帖》《卢鸿草堂十志图跋》，另有《新步虚词》为刻本。

从《韭花帖》的娴静到《夏热帖》的狂纵，杨凝式给了我们太多的想象。在学习其书法的静与动、内敛与张扬、守法与纵情等形式美的法则之余，我们还应该认识到杨凝式书法的深厚精湛的笔法，及其对书法艺术独特的感悟与领会，都源于杨凝式对古法的汲取，并通过自身加以锤炼而成，并非一朝一夕所能达到的。

由此看来，我们在学习书法的过程中，要做到以下的努力：一方面，以古为法，潜心研究传统技法。对于书法学习者来说，临摹与研究古代碑帖是最基础、最重要的一项任务。《书法约言》中有云：“必以古人为法，而后能悟生于古法之外也。悟生于古法之外而后能自我作古，以立我也。”宋曹这段话告诉书法学习者要以古为法，经过不断地临摹学习与积累，才能提升自己，最终达到古为今用、入古出新的境界。从杨凝式的传世书迹中，我们不难看出他对晋唐笔法的梳理与传承，在此基础上才有了其书法“不衫不履”的独特风貌。因此，我们在学习书法的过程中，要不断地临摹古代经典法帖，从法帖中汲取营养，提高自己的技法水平，达到“自我作古、以我立法”，借古法而达己意。

另一方面，不可忽视字外功夫，加强自身文化修养。黄庭坚有云：“学书须要胸中有道义，又广之以圣哲之学，书乃可贵。”清代杨守敬曾说：“一要品高，品高则下笔妍雅，不落尘俗；一要学富，胸罗万有，书卷之气，自然溢于行间。”好的书法作品是书家渊博的知识、高深的涵养、娴熟技法的结晶。书法是一门抒情的艺术，通过作品来表达作者的审美意图和精神气质，要想“达其性情”，需要具备各方面的素养。所以说，在书法创作中只是刻意在字面上求新意，而没有良好的学识和涵养做根基，是不能真正意义上成为一个书法家的。

杨凝式之所以成为一个连接唐宋两大书法高峰时期的关键人物，在书法史中独树一帜，一方面源于其自身不断努力积累的娴熟的技法、技巧，另一方面与其学识和修养紧密有关。因此，我们在今后的书法学习中，既要古代书法的技法、技巧进行大量的积累，还要在自身学识和修养方面进行不断提高，这样才能在学习书法的道路上走得更为长远。



#### 个人简介

高适，1989年出生，山西夏县人。本科毕业于南京艺术学院书法篆刻专业，研究生就读于山东聊城大学美术专业主攻书法方向。书法作品曾获得全国审计系统书画大赛二等奖、全国规范字大赛江苏赛区一等奖、全国高校廉政文化作品大赛山东赛区一等奖、长治市第四届书法篆刻临摹展优秀奖(最高奖项)、聊城市首届妇女书法展三等奖、山东省“邹鲁金石杯”书法大赛优秀奖。作品曾入展“福到丙申”全国书法春联大赛、“山阳书院杯”全国第二届书画展、山东省华东书院杯书法篆刻展、“书学之路”中国高等书法教育教学成果展，并被全国高等教育学会收藏。



穆如清风



真水无香



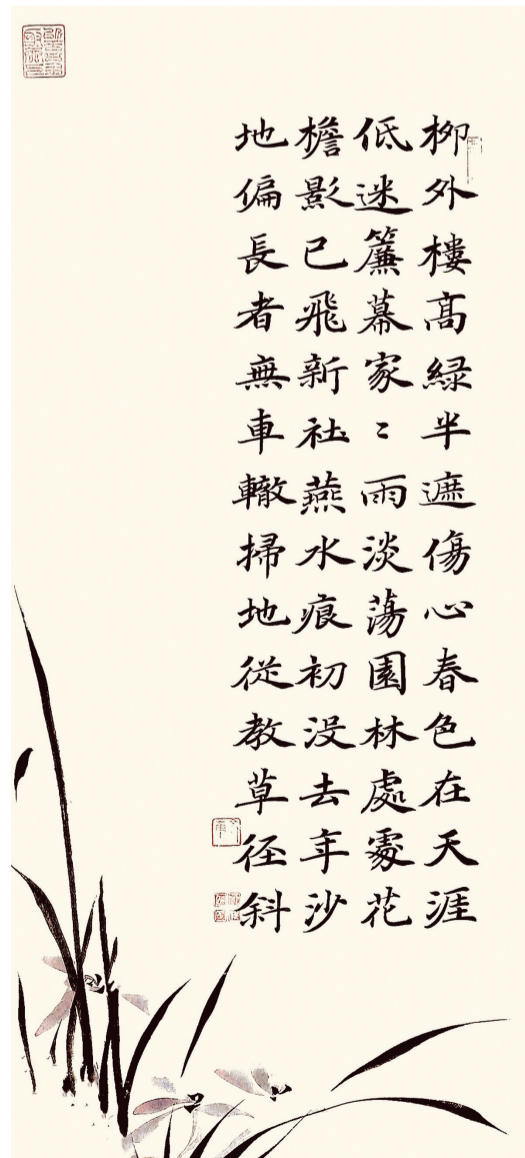
笔墨寄情



温其如玉



闲约深美



地檐低柳  
偏影迷外  
长已簾樓  
者飛幕高  
無新家綠  
車社：半  
轍燕雨遮  
掃水淡傷  
地痕蕩心  
從初園春  
教没林色  
草去處在  
徑辛霧天  
斜沙花涯

古诗选抄 吕本中《春晚郊居》